



Trabalho 545

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRATAMENTO NÃO FARMACOLÓGICO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

Clarissa de Jesus Ferracioli¹; Solange Cervinho Bicalho Godoy²; Mércia de Paula Lima³ Bruno Teobaldo Campos⁴; Lucas Siqueira Moraes⁴; Ivana Montandon S. Aleixo⁵

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares. No Brasil, entre 22 e 44% da população urbana adulta é portadora desse agravo considerado um dos principais problemas de saúde pública. Dentre os principais fatores de risco para a HAS, destaca-se o sedentarismo, pois além de interferir de modo direto na morbi-mortalidade das doenças cardiovasculares, também atua de modo indireto na representação da síndrome metabólica, que incluem características como acúmulo de gordura visceral, elevação dos níveis de colesterol e triglicérides, HAS e intolerância a glicose. O reconhecimento de fatores de risco, como o sedentarismo, pode proporcionar um diagnóstico mais precoce, minimizando os riscos e auxiliando no tratamento não-farmacológico, quando já se tem essa condição instalada. O trabalho tem como objetivo estimular o tratamento não farmacológico da HAS de forma supervisionada, por meio de programa de exercício físico individualizado com acompanhamento por uma equipe multidisciplinar formada por acadêmicos e professores da área da enfermagem, educação física e nutrição. A seleção dos pacientes foi realizada através da consulta de enfermagem no ambulatório do hospital de ensino. Os pacientes que apresentaram níveis pressóricos $\leq 140 \times 90$ mmHg e, sem fatores de risco para outras doenças cardiovasculares foram encaminhados em grupos de 10 pacientes, sendo supervisionados pela equipe multidisciplinar. A realização da atividade e a intensidade do exercício eram monitoradas utilizando a Escala de Percepção Subjetiva de Esforço e a mensuração dos sinais vitais, PA e frequência cardíaca (FC) antes e após a realização do exercício físico. O tratamento não farmacológico otimizou os fatores físicos e fisiológicos dos participantes interferindo na melhoria da qualidade de vida.

Referências:

- 1- VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arq Bras Cardiol 2010; 95(1 supl.1): 1-51.
- 2- Whelton SP, Chin A, Xin X, et al. Effect of aerobic exercise on blood pressure: A meta-analysis of randomized, controlled trials. Ann Intern Med. 2002; 136:493-503.

Descritores: Hipertensão Arterial; Terapia por exercício ;Qualidade de vida;

EIXO II - Interfaces da Enfermagem com práticas profissionais e populares de cuidado em saúde;

- 1 - Aluna e bolsista Monitora da PROGARD na disciplina de Sistematização da Assistência de Enfermagem/ENB?EEUFMG e membro da equipe do Projeto: Treinamento Aeróbico como Tratamento não farmacológico da hipertensão arterial/EEUFMG email: clarissaferracioli@yahoo.com.br
- 2 - Professora Adjunto do Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem/UFMG
- 3 - Professora Adjunto do Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem/UFMG
- 4 - Aluno de Graduação da Escola de Educação Física Fisioterapia e Terapia Ocupacional (EEFFTO) da UFMG
- 5 - Professora Adjunta do Departamento de Esportes da EEFFTO